

わくわくクッキング

5月

* 炊飯器^{すいはんき}で！かみありネギごはん

☆簡単♪ 切って・入れて・スイッチON☆

* 揚げない！鶏カラ^あとなす^{とり}の甘酢^{あます}ごまダレ

☆さっぱり!!食べやすくて!!おいしいよ☆

* ひんやりトマトのヨーグルトスープ

☆暑い日にぴったりなトマトの味わいとヨーグルトの酸味でさっぱり☆

* マシュマロチョコムース

☆チョコ好き・甘いのが好きな人は、喜びのおいしさ☆

日時
ところ
先生
参加費
持ち物

5月17日(日) 10時～14時ごろ

須佐コミセン 3階 実習室
クッキング佐田のみなさん
1人 300円

エプロン、三角巾、マスク、お米1人・1合

※今年度、調理後に
会食を行います。

今年度より『わくわくクッキング』
に名称を新しくいたしました。

- ☆親子だけではなく、家族やお友達同士、お一人様でも気軽に参加していただけるような教室としてリニューアルしました。
- ☆家族や友達・参加者同士のふれあいの時間に♪
- ☆食を通じて「生きる力」を育てるために♪
- ☆皆さんと交流の場となれるようなクッキング教室を開催しています。

どなたでも大歓迎！どうぞお気軽にご参加ください。

《食のボランティア・クッキング佐田、須佐・窪田両コミュニティセンター 共催事業》

◆申込みは各コミセンへお願いします。

◆友だちをさそって、ぜひ 参加してください。

申込書は、裏面にあります。



☆参加者募集☆

5月 わくわくクッキング 参加申込書

- ◆参加児童生徒 小学校・中学校
 () 年生 氏名 ()
 () 年生 氏名 ()
- ◆参加保護者 氏名 () 続柄 ()
 ☎ ()
- ◆その他の参加者 氏名 () 氏名 ()
- ◆参加人数合計 () 人

※ FAXでお申込みの場合は、5月11日（月）17時までに お送りください。



メールで申込みの場合は、左のQRコードからお進みください。
申込書内容を記入して送信してください。



《申込先》	
須佐コミュニティセンター 電話 / 84-0113 FAX / 84-1466 <small>担当：板垣</small>	窪田コミュニティセンター 電話 / 85-2585 FAX / 85-2598 <small>担当：長島</small>



実施概要について

- ◆日 程 5月17日・6月21日・9月20日・12月20日・2月21日
 第3日曜日 午前10時から13時ごろまで
- ◆会 場 須佐コミュニティセンター 3階 実習室
- ◆対象者 小学校児童から一般（どなたでも）
- ◆参加費 1人あたり 300円
 *月によっては、お米持参の場合あり。
- ◆申込み 開催月上旬に学校を通じてピンクのご案内チラシ・申込書を配布します。
 *ホームページ・防災行政無線を使い、ご案内いたします。
各コミセンへ直接お申込み下さい。



昨年度の親子クッキング活動
 報告冊子を
 小学校・中学校に
 配布しております。
 公開日等の機会に ぜひご覧ください。

